

## خونریزی بعد از زایمان



### بیمارستان شهدای سروستان

تهیه و تدوین : لیلا دانایی

مسئول آموزش سلامت

زیر نظر سرکار خانم دکتر سپیده سلیمی

متخصص بیماریهای زنان و زایمان

تاپستان 1400

## خونریزی تا چند روز بعد از زایمان طبیعی است :

ترشحات و خونریزی بعد از زایمان ابتدا قرمز رنگ است و بعد از چند روز میزان خونریزی کمتر شده و تقریباً به رنگ سفید در می آیند. یعنی بیشتر حاوی گلبول به رنگ سفید است. معمولاً یک هفته تا 10 روز طول می کشد که ترشحات از حالت خونریزی به ترشحات سفید رنگ تبدیل و کم کم قطع شود. اگر ترشحات بعد از زایمان تا 4 هفته یا حداکثر 6 تا 8 هفته باقی ماند و تمام نشد یعنی غیر طبیعی است. در این شرایط یا قسمتی از نسج جفت داخل رحم مانده و رحم جمع نشده یا همه نسج جفت خارج شده ولی یک عفونت عامل این خونریزی است یعنی فرد سابقه عفونت داخل رحمی که دلیل آن هم بیشتر کلامیدیا بوده داشته و علائم بالینی شدید مانند تب در او ظاهر نشده است .

## آیا خونریزی بعد از زایمان طبیعی است ؟

خونریزی بعد از زایمان امری طبیعی است. ترشحات بعد از زایمان (نفاس) سبب خروج خون باقیمانده و بافت جفت از رحم می شود. منبع این ترشحات محل

اتصال جفت به دیواره رحم است و ممکن است با حجم زیاد و ناگهانی بیرون آید و یا جریانی آهسته مثل خون قاعدگی داشته باشد . بعد از آهسته شدن خونریزی اولیه و ادامه ترمیم ترشحات خارج شده از قرمز روشن به صورتی و تدریجاً به زرد تغییر رنگ می دهند.

## مدت زمان خونریزی بعد از زایمان :

خونریزی بعد از زایمان ممکن است 2 تا 3 هفته و یا تا 6 هفته ادامه پیدا کند. میزان ترشحات بسیار تدریجی کم میشود. ترشحات قرمز رنگ نباید بیش از 2 هفته باقی بمانند هر چند اگر استراحت کافی نبوده و فعالیت بدنی زود شروع شود و زیاد باشد خونریزی ممکن است دوباره شروع شود.

## اگر خانمی بیش از 10 روز دچار خونریزی باشد

### چه ؟ غیر طبیعی است ؟

اگر ترشحات بیش از 10 روز طول بکشد چون گاهی اوقات به علت خوب جمع نشدن رحم است لازم میدانیم پیگیری کنیم. البته کمی منتظر می مانیم .

یعنی می‌گوییم اگر ترشحات بعد از زایمان تا 4 هفته یا حداکثر 6 تا 8 هفته باقی ماند و تمام نشد غیر طبیعی است .

**چرا در برخی خانم‌ها ترشحات طولانی می‌شود یا رحم جمع نمی‌شود؟** دو مساله را باید در نظر گرفت یا قسمتی از نسج جفت داخل رحم باقی مانده که باعث خونریزی دیررس بعد از زایمان می‌شود . یعنی بعد از روز دهم نباید خونریزی شدید داشته باشیم البته تا 6 هفته کم و بیش خونریزی داشتن طبیعی است اما بعد از 6 هفته داشتن خونریزی به ویژه خونریزی شدید نشانه باقی ماندن قسمتی از بافت جفت در رحم است. گاهی همه نسج جفت خارج شده ولی یک عفونت عامل این خونریزی است . برای این افراد معمولاً آنتی بیوتیک تجویز می‌شود. به عبارتی خونریزی‌هایی که بعد از هفته سوم یا چهارم هنوز ادامه دارد نیاز به بررسی خواهند داشت .

**چقدر طول میکشد که رحم به طور کامل جمع شود و مادر به حالت طبیعی قبل از بارداری اش برگردد؟**

3 تا 4 هفته. بعد از اتمام 10 روز اول پس از زایمان که خونریزی‌ها کم میشود داخل رحم یا آندومتر شروع میکند به ترمیم و لایه رویی که ریزش کرده به صورت خونریزی خارج میشود و در هفته 2 تا 3 شروع میکند به ترمیم شدن محلی که جفت چسبیده بوده کمی دیرتر ترمیم میشود.

**چه کاری باید برای خونریزی پس از زایمان انجام داد؟** کار خاصی لازم نیست . اگر زایمان در بیمارستان انجام شده باشد بیمار احتمالاً با پدهای بهداشتی بسیار ضخیم که قدرت جذب بالایی دارند به خانه فرستاده میشود. وقتی به خانه میروید مقدار زیادی پد بهداشتی تهیه کنید. در شش هفته اول نباید از تامپون استفاده کرد زیرا ممکن است سبب عفونت شود. (تامپون: توده پنبه و غیره که در سوراخ بدن یا زخم میگذارند تا خون و غیره را جذب کند). در موارد زیر به پزشک مراجعه کنید:

1-خیس شدن کامل بیش از یک پد در هر ساعت

2-ادامه خونریزی شدید و قرمز روشن بعد از هفته اول 3-تغییر رنگ مجدد خونریزی به قرمز روشن بعد از روز چهارم پس از زایمان و برطرف نشدن آن با استراحت 4- خونریزی همراه با تکه های بزرگ لخته با اندازه ای بزرگتر از یک سکه 5-بوی بد ترشحات – تب و یا لرز

در بعضی موارد نادر بعضی زنان دچار خونریزی تاخیری پس از زایمان می‌شوند. در صورت وجود خونریزی شدید (در حدی که پد بهداشتی ظرف یک ساعت کاملاً از ترشحات اشباع شود.) باید بلافاصله به پزشک مراجعه کرد زیرا ممکن است علائمی از باقی ماندن تکه ای از جفت در درون رحم و یا انقباض ناکافی رحم باشد. در صورتیکه خونریزی خیلی شدید باشد و احساس ضعف بوجود آید بلافاصله باید به اورژانس مراجعه کرد

منبع : کتاب راهنمای کشوری ارائه خدمات مامایی وزایمان بازنگری سوم